

ÉTLAP | 2018.06.11.–06.15. | 24. hét

TIZÓRAI

UZSONNA

		TIZÓRAI	UZSONNA
hétfő	06.11.	Sonka 20 gr, margarin 5gr, zöldség 25gr, zsemle 54gr, limonádé 2dl, <i>kcal:296,67 feh:9,66gr CH:34,35gr zsír:12,78gr só:1gr</i> <i>Allergén: glutén,</i>	teavajas kifli <i>kcal:356,27 feh:11,62gr, CH:51,55gr, zsír:11,7gr, só:0,7gr</i> <i>Allergén: glutén, tej,</i>
kedd	06.12.	Zsíros kenyér, lila hagyma, <i>kcal: 349,1 feh: 5,82gr CH: 43,5gr zsír: 5,08gr</i> <i>Allergén: glutén</i>	szalámi 20 gr. korpás zsemle 54gr, <i>kcal: 315.35 feh:9.75gr CH:41.95gr zsír:11.57gr só:4.5gr</i> <i>Allergén: glutén,</i>
szerda	06.13.	Májkrémes kenyér 100 gr. paradicsom multi vitamin 2 dl. <i>kcal:395,33 feh:7,61gr CH:46,91gr zsír:18,72gr só: 1,2gr</i> <i>Allergén: glutén,</i>	kakaós kifli 55 gr, <i>kcal:292,1 feh:7,95gr CH:42,3gr zsír:9,57gr só:0,8gr</i> <i>Allergén: glutén,, tej, laktóz,</i>
csütörtök	06.14.	Rántott hús, 20 gr. vágott zsemle 54 gr. saláta 10 gr. gyümölcszörp 2dl, <i>kcal:269 feh: 10,03gr CH:48,1gr zsír: 3,44gr só 0,3gr</i> <i>Allergén: glutén, tojás,</i>	nutellás kifli 54 gr, gyümölcs, <i>kcal: 315.35 feh:9.75gr CH:41.95gr zsír:11.57gr só:4.5gr</i> <i>Allergén: glutén, tej, mogyoró,</i>
péntek	06.15.	Párizsi 20 gr. zsemle 54 gr, uborka 10 gr. gyümölcsle, 2dl, <i>kcal:377,29 feh:9,97gr CH:52,06gr zsír:10,35gr só:1,08gr</i> <i>Allergén: glutén,, laktóz,</i>	sajtos croissant, <i>kcal: 395 feh:5,6gr CH:47,2gr zsír:19,2gr só: 0.2gr</i> <i>Allergén: glutén, laktóz,</i>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!